

体育学科周活动计划表(汇总10篇)

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

体育学科周活动计划表篇一

根据四川省教育厅体育工作安排及我院20__年党政工作要点，学院体育工作继续深化体育课程改革与创新，不断加强校园体育文化建设，积极开展各类体育活动与竞赛，增强学生体质，促进学生全面发展，力争使我院体育工作走在全省高职院校前列。

二、工作内容

(一)体育教学

认真贯彻执行国家“学校体育工作条例”和“国家学生体质健康标准”，按照教育部、教育厅有关体育教学的要求和学院人才培养方案及示范建设目标，进一步加强体育教学管理，严格体育教学规范，做好体育教学工作，完成20__级和20__级学生体质健康测试工作，完成数据汇总、分析和上报工作，对不合格学生开出运动处方，科学训练，有效提高达标成绩，切实促进学生体质健康，确保学生体质健康测试达标。

建立开设更多特色体育选修项目的保障制度，不断优化课程结构，满足学生的个性需求，培养可持续全面发展的专业人才。

研究制定出游泳课开设的运行方案。

(二) 教师队伍建设

进一步加强体育教师队伍建设，激励全体体育教师热爱体育事业，增强体育教师工作的责任感和使命感。认真开展教研活动，坚持集体备课，坚持开展听课评课活动，组织开展教师体育技能比赛，不断增强教师个人业务能力和体育技能，有效提高教学质量。结合20__年-20__年质量工作任务，督促和引导体育教师积极参与“创新促进高职学生体质健康实效工作机制”质量工程课题研究工作，同时创造条件，积极申报新的科研课题，通过各种途径切实有效提高教师体育科研能力。

(三) 体育训练

在原有训练队的基础上，新增体操队、羽毛球队、网球队等专项训练队，各训练队要按照学院运动队训练管理办法，组建好各类训练队，稳定队员思想，积极培养运动队员的集体荣誉感。加强训练，做好常规运动训练，在技战术和体能上不断提高，根据各级各类体育赛事安排，积极组织学生参加有关体育竞赛，努力提高竞技成绩。

20__年参加省市比赛(见任务表第9项)

(四) 学生体育活动

1. 组织开展20__年春季学生田径运动会
2. 组织开展“川信职院”杯足球比赛
3. 组织开展“超霸杯”篮球比赛
4. 组织开展20__年秋季新生田径运动会
5. 组织开展乒乓球比赛

6. 协助院团委搞好体育协会有关工作，规范体育协会管理，明确体育协会工作目标，指导制定体育协会工作计划，提高体育协会体育活动组织能力。

(五) 群众体育工作

1. 协助院工会举办20__年教工运动会

2. 助院工会指导各类教职工体育协会开展体育活动，从兴趣着手加强全院教职工身体素质提高，营造人人参与的体育氛围，积极倡导每个教职工至少熟悉一项体育技能活动。

(六) 体育社会服务

1. 按照学院体育场馆管理办法(试行)，开展对外开放体育设施工作，制定20__年游泳池使用运行管理办法(见附件：学校游泳池承包管理服务协议书)。

2. 加强与广元市各体育界的合作，积极主动的参与省市的各类比赛，继续支持体育局的各项体育活动，协助体育局承办20__年“四川省体育运动会”。

3. 协助成教部，举办社会体育专项培训班，为广元的体育事业发展贡献力量。

(七) 完善体育设施

1. 建设体育场馆信息化管理平台

建设体育场馆信息化管理平台，通过信息化平台，实现体育场馆使用预约，提高体育场馆的科学化管理水平。

2. 进一步完善体育设施

随着学院办学规模的不断扩大，学生和教学对体育设施的要

求也越来越多，20__年力争完善体育基础设施，为广大师生创造更好的体育锻炼条件(见任务表第7项)。

体育学科周活动计划表篇二

一、指导思想

根据新课标精神，根据我校工作计划，制定体育组工作计划。严格按照中学体育教学常规实施细则；以课程改革为指导，解放思想、转变观念，努力提高教师教育教学水平，注重学生创新意识、自学能力与实践能力的培养。开展教学研讨，从而不断促进教师自身业务素质，树立正确的学校体育教学观，提高教学质量。

二、主要工作思路与目的

1、强化常规教学管理，做好体育常规教学安排

(1)加强备课管理

要求体育教师全面深入地研究把握教材，根据《新课程标准》和学生的实际情况，认真写好每一节课的教案，教案的书写要符合学校要求，并提前一周备出课堂教学设计。

(2)要认真制定学期教学计划

要根据总课时数、学习的重点、难点和学生的实际水平制定合理的学期教学计划、单元教学计划和课时计划。并积极做好体育档案的整理和管理工作的。

(3)上好每一堂课，切实提高教学质量

要用新课程的理念指导体育教学，以教师为主导，以学生为主体，注重对学生的个性、创造性和实践能力的培养。使学

生在学习中学会求知，学会做人，学会共处，学会发展，更好地贯彻“健康第一”的指导思想，推进课程改革的不断深入。

(4) 加大体育教学检查力度，完善教学测评制度

要进一步完善教学检查制度，严格规范教学行为。每周检查备课情况、和上周教学反思，以促进体育教师相互之间的学习和共同提高。

2、开展好教研活动：

(1) 根据课程改革精神，认真组织体育教师学习，全面了解，领悟课改精神，实行新课程标准，组织上好体育课。

(2) 积极的'向学生宣传学校体育活动的重要性，让学生和教师在课外活动时间里都能动起来达到体育锻炼的效果。使学生和老师都能处在有张有弛的学习与工作状态中。

(3) 组织研讨学校运动队的组建与训练，促进校运动队制度的完善与训练的高效性。

(4) 继续抓好校广播操的质量。严抓进退场队列队形，加强全校师生对广播操的认识态度。

(5) 继续抓好体育课堂常规教学工作。培养学生的运动兴趣，增强学生对体育运动习惯对自身发展重要性的认识。

(6) 组织教师开展优质课达标活动及听课评课活动。

(7) 充分做好各项运动队工作，制定训练计划，抓好训练，作好比赛前的训练工作。

三、开展好业务学习。

学期体育组业务学习以“新、老教师携手成长,共同进步”为目标,在专业性学习、主题性学习、研讨性学习三个方面着手学习。

四、具体工作安排

九月份:1. 制定学科教学计划

2.201x年游泳补考

3. 组织与开展学生课间操及课外活动

4. 新教师公开课交流

十月份:

1. 国家学生体质健康标准测试

2.201x年区中小学生田径运动会

3. 校体育节报名与组织工作

十一月份:

1. 国家学生体质健康标准学生课外训练与补考

2. 学校第十二届运动会

3. 学校广播操质量评比

4. 体育组备课情况检查

十二月份:

1. 国家学生体质健康标准测试结果上报

2. 学校冬季长跑运动开展
3. 学校拔河比赛
4. 新教师公开课交流

一月：

1. 学生体育成绩综合测评
2. 学期工作总结
3. 体育档案汇总与整理

体育学科周活动计划表篇三

3、课余运动竞赛体现出一个学校的体育运动竞技水平，同时也是实现更高，更快，更强的体育精神的重要手段，学校运动竞技水平的高低将直接关系到能否培养出好的人才，关系到我们国家体育竞技水平的提高，因此，在本学期，我将进一步抓好体育兴趣小组的训练工作，积极探索科学有效的训练方法和理论，提高运动训练的水平，争取在校比赛中取得优异成绩。

4、作为一名体育教师，我有信心也有能力把这一学期的工作做好，为体育教育事业奉献自己的青春和力量，为学校争光。

学校体育教学工作计划篇三

落实学校和教研组的工作任务，把学校体育工作作为实施健康素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，认真领会《基础教育课程改革纲要》精神和体育与健康课程标准精神。深化教学改革，全面推进素质教育。在体育教育教学中以学生为主体，培养学生的兴趣与求知欲，

全面提高身体素质;争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

本学期是初中的最后一个学期，在认真学习新课程改革和结合本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划，在锻炼学生身体素质的同时也要帮助他们顺利完成最后的体育加试，助他们顺利考取理想的高中。

一、学生现状分析

初三学生处于青春发育的高峰期，身体发育较快，个体形态发展差别较大，男生活泼好动，表现欲强，女生则趋向于文静、内向，不喜欢活动，针对女生这一特点，可选择一些柔韧性强的运动项目，提高她们的运动兴趣;还有升学测试，运动量、运动强度要大。

二、教材的知识系统和结构

本学期教学内容有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。最关键的还是学生中考体育项目的辅导，如何使学生掌握好中考项目的正确运动技术以及挖掘出学生最大的运动潜力是这学期体育教学的重中之重。

三、目的任务

- 1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。
- 2、进一步增强体质，特别是柔韧素质和弹跳素质以及速度的爆发能力。
- 3、通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

四、重点与难点

1、重点是必考项目：男：1000米，女：800米成绩的提高。以及立定跳远、男生引体向上、女生仰卧起坐。

2、难点是男生的坐位体前屈的教学方法研究。

五、教学措施与教改思路

1：随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。

2：初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体效果。

3：因材施教，分组时采用根据身高分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

六、本学期教学进度安排

第四周-----第五周：50米跑的有关教学

第六周-----第七周：立定跳远教学以及测试工作

第八周-----第九周：坐位体前屈的辅导训练

第十周-----第十一周：仰卧起坐的练习

第十二周----第十三周：中考项目混合测试与个别学生的加强指导

第十四周----第十八周：中考体育测试结束后的体育创新教学与期末测试

遇五一假期或意外天气情况有关教学进度和教学内容可灵活临时调整，采取室内教学的方式等。

体育学科周活动计划表篇四

一、学情分析：

活动充满了好奇与兴趣，具有强烈的运动学习动机，是学习运动技术的大好时机，我们要抓住这一时机，使他们具有积极参与体育活动的态度和行为。小学一年级的学生在体育学习和活动的过程当中，有成功与进步的喜悦，也有失败与退步的痛楚，他们对此有很直接、很具体、很深刻的感受。让学生通过体育运动的直接体验，逐渐认识体育运动中成败得失与情绪的关系，体验到体育运动中情绪体验的深刻性、易变性、两极性，知道适当地控制自己的情绪，使学生感受到体育活动给自己的生活带来的乐趣。

二、教材分析：

依据新课程教学内容以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

三、学期教学目标：

- 1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。
- 2、初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的 basic 技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。
- 3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢、顽强、胜不骄、败不馁、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

体育学科周活动计划表篇五

以《新课程标准》为动力，深入开展教育教学研究，不断提高教学效率，全面提高学生素质，使学校的体育工作越上一个新台阶。以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，建立完善科学的管理体系，深化教学改革，全面推进素质教育。贯彻《小学生体制健康标准》。争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

二、工作目标：

- 1、提高教学质量。
- 2、加强业余训练，提高运动质量。

三、工作重点及主要措施

1、狠抓课堂常规，提高课堂质量

本学期体育组将狠抓体育常规，提高堂课质量，根据新课标，新教材，使体育教师领会新课程标准的精神实质，根据新教材和学生具体情况制定好教学计划，备好室内和室外课教案。加强理论学习，提高师德水平，理论水平，教学和教科研能力。在各方面严格要求自己，做到为人师表，严守学校作息制度，不迟到，不早退。对待学生耐心细致。上课多练，精讲，以达到提高学生身体素质的目的。

2、规范实施《学生体质健康标准》

严格执行课程计划，按表上足、上好体育课，认真落实“大课间活动”，确保学生每天有一小时的活动总量。本学期，广播操的训练，举行广播操、武术操比赛。实施《学生体质健康标准》，积极测试，准时上报。

3. 抓好学校运动队的训练

建立健全完善的校级运动队框架，是长远的事。按照体育竞赛计划表，认真抓好的训练。制定好周密而详细的计划。每天保证训练一个小时。并规范运动队训练制度，取得各班班主任和学校领导的积极配合和支持。加强乒乓球队和田径队训练，争取取得优异成绩。

5. 做好器材管理

有标准,有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设备的管理制度,做到器材有借有还的制度，确保其最大的使用率和安全性。

四、活动安排

九月份

- 1、制订体育工作计划，安排体育工作。
- 2、制定教学计划，备好课，认真进行体育教学工作。
- 3、各训练队制定训练计划，健全梯队建设。
- 4、二年级认真教练播操。

十月份

积极搞好体育教学工作与运动队训练。

十一月份

- 1、体质健康测试、上报工作
- 2、做好冬季长跑工作。

体育学科周活动计划表篇六

即将开始新的学期，新学生，新同事，一切都是崭新的。相信我们体育组，从思想上、政治上，工作上严格要求自己。认真备课、刻苦专研教材，确实上好两操一课，抓好课外训练工作。加油、努力，把工作做的很好很好！

一、教育教学工作

本学期将体育课分成三部分进行教学。

1、课本知识不能丢根据学生的特点和学校新配备的器材授课，并注重新生的体育习惯行为的养成。逐渐构建符合地方特色的特色课堂。借鉴学习美国的sofit课堂学习评价体系，完善教学行为。

2、训练工作进课堂春季运动会我们不满意，我们不气馁，我们要努力。体育课中，在面向全体学生新授课的基础上，加强对尖子生的指导工作。

3、课堂新授、复习、巩固大课间加大新生两操活动的训练量，改变以往新生拉后腿的局面。继续规范3、4、5、6年级的动作质量。

二、两操工作

为迎接剪彩、大开放。校领导、体育教师和各任课教师的带领、配合下，充分利用早操和课间操时间，从内容、形式、时间、空间上调整大课间。

三、训练队工作

在存分选材、刻苦训练、思想一致、研读规则、早开始的基础上出成绩。

四、体育室管理

- 1、做好新进体育器材的接受验收、整理归类、入账使用工作。
- 2、充分利用已配备体育器材。充分体现器材的使用价值。

体育学科周活动计划表篇七

学校体育工作确立“健康第一”指导思想，根据市教研室工作安排，以《学校体育工作条例》为工作依据，创造性地实施体育新课程改革，面向每一个学生的发展，创造充满智慧的教育，进一步提高教学质量，大力开展校内小型体育竞赛，积极准备，争创佳绩，促进学校体育工作再上新台阶。

二、学情分析

我认为，对学生进行学情分析，更有利于对学生体育的品行，兴趣及思维能力等方面的了解，对教师调整教学策略，改进教学方法将起到指导性作用。更有利于对学生体育的品行，兴趣及思维能力等方面的了解，对教师调整教学策略，改进教学方法将起到指导性作用。

三、教学总目标

- 1、使学生初步了解体育锻炼对身体健康的影响，知道一些保护自身健康的基础常识，教育学生热爱生命、关心健康。
- 2、使学生学会一些基本运动、游戏和韵律活动的方法，培养正确的身体姿态，发展身体素质和基本活动能力。
- 3、使学生感受和体验到参加体育活动的乐趣，具有活泼、乐观、愉快的情绪和积极参加体育活动的态度，培养同伙间友好相处、团结协作的精神。

5、培养荣誉感和责任心，对学生进行爱国主义和集体主义，良好道德的教育。

体育学科周活动计划表篇八

从不无故迟到早退。工作中加快贯彻教育方针和新的教学理念，平时的教学工作过程中做到出全勤。

二、两操工作

在开学初我用了三个星期的时间对初一的学生进行广播操教学，加强对学生的思想教育，使学生真正认识到做操的重要性和必要性，培养学生重视做操、自觉做操、坚持做操、认真做操的良好习惯。二，正确运用示范。示范是体育教学的主要教学方法之一，通过示范能使學生建立正确的动作表象。因此，要求示范要清楚、准确、规范、优美。第三，讲解少而精。我在广播操教学时的讲解，主要是结合我的示范动作，让学生加深对动作的理解。第四，口令清楚、洪亮、准确。第五，及时纠正错误动作。在此后，在全校广播操练习中，因为学生经过一个暑假，对广播操有些陌生，所以我重点抓了学生在动作规格上的一些经常出现的错误。另外，在广播操教学过程中还得到了学校领导和班主任的大力支持。所以，广播操质量，在很短的时间内有了很大的提高。保证了学生以健康的身体进行学习、生活。

三、在教学过程中还存在着一些问题，现在总结如下

1、备课方面对学生了解不够全面，对于学生原有的知识技能，他们的兴趣、需要、方法、习惯等认识不足，在有些时候未能及时的采取相应的措施。

2、教法比较单一，在解决如何把教学资源传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动上方法比较单一。

3、课堂上对于以下能教学能力要还有所提高：组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意引发学生学习的兴趣，课堂上讲练结合。

所以在新的一年里我要注重个人的业务学习和提高，紧紧抓住课程改革这一契机，通过培训学习、观摩探讨，撰写心得体会、反思，积累、学习教学经验，多向其他教师请教，多和学生进行交流，在实践中应用等方式，加深对课程的理解和领会，完善自己的教学工作，努力形成自己的教学风格，形成学习形的教学工作习惯，为学校的优质化工程作出我应有的贡献。

体育学科周活动计划表篇九

通过本学期的课堂教学，能够达到以下教育教学目标：

- 1、使学生进一步了解体育锻炼对促进青少年生长发育和人体健康的好处，并能将学习的体育知识在体育锻炼和日常生活中运用。
- 2、初步掌握本学期新学的的各项运动技术、技能，促进身体素质 and 运动能力的发展。
- 3、培养学生参加体育锻炼的兴趣，逐步养成习惯，在群体活动和比赛中能够以公正、团结、协作的态度与同学友好相处。

本学期的教材包括：

- 1、体育与健康基础知识：发展你的体能。
- 2、田径：跳跃。

3、体操：体操技能在生活中的应用。

4、球类：篮球和排球。

5、武术：太极拳。

6、健美操。

由于太极拳、排球和健美操都是新授内容，作为本学期教学的重点内容。并且学生对排球和太极拳的接触的比较少，因此，把排球和太极拳的教学作为难点来对待。

七年级学生，是速度、爆发力发展的敏感期，学生活泼、好动，体育活动参与意识、竞争意识、集体意识强，特别是女生正处于身体发展快速期，伴随着“月经”的出现，部分同学开始出现害怕上体育课的问题，应该适时的作好指导。在上学期学习的基础上，本学期重点作好学生速度和爆发力的素质的练习。

1、运动参与：具有积极参与体育活动的态度与行为。激发学生对体育与健康课程的兴趣。并能养成自我锻炼的习惯。认真上好体育课。

2、运动技能：学会太极拳，并学会应用到生活中。掌握篮球、排球基本技术，并能够在比赛中运用。明白各种游戏时所要求的具体动作。

3、身体健康：发展柔韧、灵敏、力量、速度等身体素质。知道自己身体的变化。

4、心理健康：正确理解体育活动与自尊自信的关系。了解体育活动对心理健康的作用。对体育活动能表现出快乐与伤心的情绪。形成克服困难的坚强意志品质。形成互帮互助的友爱精神。

5、社会适应：能够体验集体活动能和个人活动的区别。按顺序轮流使用同一运动场地或设备。在游戏中能够帮助他人、尊重他人和关心他人。建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。

1、积极进行课堂教学改革的探索，充分推行“三段六部”教学模式，调动学生学习的积极性。

2、结合体育大课间和课外活动，关注学生自主锻炼意识和能力的培养。

3、确立“体委轮流制，学生组织能力”研究课题，提高每个学生的组织表达能力。

4、充分发挥体育骨干的模范带头作用，形成良好的传、帮、带氛围。

5、将游戏和比赛，穿插到每一节课中，调动学生参与的积极性。

体育学科周活动计划表篇十

。一：学生分析通过经过一年时间的体育教学活动以及体育活动，从中了解到一年级的学生的基本兴趣爱好和身体特点，从刚刚入学进校什么都不懂的一年级新生，通过一年的学习，让学生了解到体育的基本队列队形以及掌握基本的常规训练，提高了学生的运动能力，一年级的学生喜欢跑、跳、投、跳绳、游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板，缺乏基本的运动技能和体育技能，身体的协调性和敏捷性差，表现为动作笨拙，肢体支配能力差。

新的一个学期又开始了，新学期新气象，本学期先要明确学生的学习目的，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体方法，逐

步养成自觉锻炼的习惯。上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课。

二、教学目标及重难点教学目标：

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！积极主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还可以不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

教学重点：1、由于运动会有队列比赛，所以每节课要进行一定时间的队列练习。2、二年级的体育教学的重点主要侧重于投掷和跳跃，还有韵律活动，所以在教学活动中要有意识的进行投掷方面和跳跃项目的练习，譬如投准投远练习和跳上跳下练习。上课多运用音乐，培养学生的韵律感和节奏感。

教学难点：二年级的学生理解动作比较慢，在进行一些协调

性的练习时，可能接受比较慢，所以韵律舞蹈和儿童的一些基本舞步学生接受起来会比较困难，另外对投掷的动作要多加引导，不要盲目施教。

三、教材分析二年级的体育教学内容，改变了从开始就以运动技术体系为目标，每个教材内容都为运动技术的发展打基础的写法，而是以学生为本，选择以发展基本活动能力为主的锻炼活动和游戏。教材内容强调学生的兴趣，并能有效地落实小学体育的目标。具体的教学内容，以游戏为主，分为基本活动和游戏。在基本活动中有一些简单的技术动作，也大都以游戏作为手段和方法进行教学。其中包括：

体育与健康常识（认识自己的身体，如何形成正确的身体姿势）；基本体操（走、跑、跳、投掷、平衡、徒手等）；游戏（队列、奔跑、跳跃、投掷、球类等游戏）。

四：教学措施及应该注意的事项教学措施：1、据时了解、分析学生的学习信息。2、造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。3、据学生年龄特征，采用儿童化、兴趣化和多样化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的作用4、让学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。5、据学生实际，不断变化练习方式。如增缩练习的距离，对器材的摆放，分组的形式等进行变化，以不断激发学生的练习兴趣。

注意事项：1：教师多加引导，难度要求小，注意安全2：小学生好胜心强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体的效果。3：因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。